নিত্যকর্ম পূজা পদ্ধতি সংগ্রহীত শ্রী সুদীপ সিংহ মহাপাত্র

ভুল ত্রুটি মার্জনীয়

পূজা পদ্ধতি পূজা অর্থ কি এখন পূজার তাৎপর্য বর্ণনা করা যাক। “গৌরবিত - প্রীতি হেতু ক্রিয়া পূজা” অর্থাৎ গৌরবিতের (মহান) প্রীতির জন্য যে স...

মহাভারতের কাহিনী

মহাভারতের কাহিনী সংক্ষিপ্তরূপে মহাভারতের কাহিনী শুরু করছি। মহর্ষি কৃষ্ণদ্বৈপায়ণ মহাভারত রচনা করেন। মহাভারতে ধর্ম, রাজনীতি, রণকৌশল, অ...

রামায়ণ কাহিনী

রামায়ণ কাহিনী মহর্ষি বাল্মীকি রামায়ণ কাহিনী রচনা করেন। কথিত আছে যে, মহর্ষি বাল্মীকি রামের জন্মের ষাটহাজার বৎসর পূর্বে রামায়ণ রচনা ক...

বৈদিক যজ্ঞ

যজ্ঞ কি দেবতার উদ্দেশ্যে প্রিয়বস্তু দান বা উৎসর্গ করাকে যজ্ঞ বলে। স্বর্গলাভ, পুণ্য - অর্জন, ধনলাভ, রোগমুক্তি প্রভৃতি বিভিন্ন কারণে য...

অষ্টাঙ্গ-যোগ

যোগ যে পদ্ধতিতে ঈশ্বরের সাথে যোগাযোগ স্থাপন করা হয় তাকে যোগ বলে। যম, নিয়ম, আসন, প্রাণায়াম, প্রত্যাহার, ধারণা, ধ্যান ও সমাধি এই আট প্রকার...

হিন্দুধর্মে নিষিদ্ধ খাদ্য ও ভোজন বিধি

হিন্দুমতে ভোজন বিধি পঞ্চার্দ্র হয়ে অর্থাৎ দক্ষিণ হস্ত, বাম হস্ত, দক্ষিণ পদ, বামপদ এবং মুখ এই পঞ্চ অঙ্গ ধৌত করে পূর্বমুখ হয়ে বসে মৌনী ...

চতুরাশ্রম

চতুরাশ্রম ব্রহ্মসূত্রে বলা হয়েছে “বিহিতত্বচ্চাশ্রম কর্মাপি” অর্থাৎ আশ্রম বিহিত কর্ম সকলেরই করণীয়। ব্রহ্মচর্য, গার্হস্থ্য, বানপ্রস্থ...

ঈশ্বরতত্ত্ব

ঈশ্বর কে? এই বিশ্ব-ব্রহ্মাণ্ড সৃষ্টির মূলে কে রয়েছেন? প্রত্যেকের মনেই কোন না কোন সময় একটি প্রশ্নটি জাগ্রত হয়। সকল সৃষ্ট বস্তুতর এক...

মহাপুরাণ

মহাপুরাণ কি ও কত প্রকার পুরাণ শব্দের অর্থ প্রাচীন। যে প্রাচীন গ্রন্থাবলি গল্প - উপাখ্যানের মাধ্যমে সহজভাবে ধর্মকে ব্যাখ্যা দিয়েছে, ত...

গীতা, চণ্ডী ও মনুসংহিতা

শ্রীমদ্ভগবত্ গীতা কুরুক্ষেত্রের যুদ্ধে আত্মীয়দের বধ করতে হবে বলে অর্জুন যুদ্ধ না করার সিদ্ধান্ত নিলে রথের সারথী ভগবান শ্রীকৃষ্ণ তাঁকে ...

ধর্মশাস্ত্র ডাউনলোড করুন

হিন্দুধর্ম

ধর্মশাস্ত্র

উপাসনা ও যোগ

দর্শন

আচার-অনুষ্ঠান

ধর্মীয় মত ও পথ

সংস্কার, প্রথা ও বিশ্বাস

ধর্মীয় উপাখ্যান

নিত্যকর্ম পদ্ধতি

১০:৩৫:০০ PM আচার-অনুষ্ঠান, উপাসনা ও যোগ মন্তব্যহীন

নিত্যকর্ম

নিত্যকর্ম পদ্ধতি

নিত্যকর্ম কি?

নিত্যকর্ম কত প্রকার?

নিত্যকর্ম কখন কোথায় করতে হয়?

প্রত্যহ যেসব কর্তব্য-কর্মের মাধ্যমে মনুষের পুণ্যলাভ হয় সেসব প্রাত্যহিক কর্মকে নিত্যকর্ম বলে। প্রাতঃকৃত্য, প্রাতঃস্নান, পিতৃতর্পণ, সন্ধ্যা প্রভৃতি নিয়েই নিত্যকর্ম পদ্ধতি। নিত্যকর্মকে ছয় ভাগে বিভক্ত করা হয়েছে, যথা— প্রাতঃকৃত্য, পূর্বাহ্ণ-কৃত্য, মধ্যাহ্ন-কৃত্য, অপরাহ্ণ-কৃত্য, সায়াহ্ন-কৃত্য এবং রাত্রি-কৃত্য। নিচে প্রাতঃকৃত্যের বর্ণনা দেয়া হল।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি :

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : প্রাতঃকৃত্য

প্রাতঃকৃত্য শুরু হয় সূর্যোদয়ের পূর্বে রাত্রির শেষ যামার্ধে। প্রাতঃকৃত্য বলতে নিদ্রা হতে জাগরণ, প্রাতঃস্মরণ, শৌচকর্ম, প্রাতঃস্নান প্রভৃতি কর্ম বোঝায়। শাস্ত্রে ব্রহ্মমুহূর্তে নিদ্রা হতে জাগ্রত হওয়ার কথা উল্লেখ আছে। রাত্রির শেষ যামার্ধ অর্থাৎ রাত্র ৪ টা ৩০ মিনিট হতে ভোর ৬টা পর্যন্ত সময়কে ব্রহ্মমুহূর্ত বলে।

করতল দর্শন

নিদ্রাভঙ্গের পর প্রথমে নিম্নোক্ত মন্ত্রে করতল দর্শন করতে হয়—

করাগ্রে বসতে লক্ষ্মীঃ করমধ্যে সরস্বতীঃ।

করমূলে স্থিতো ব্রহ্মা প্রভাতে করদর্শনম্।।

অর্থাৎ প্রভাতে করদর্শনের মাধ্যমে করের অগ্রভাগে লক্ষ্মী, করের মধ্যভাগে সরস্বতী এবং করমূলে অধিষ্ঠানকারী ব্রহ্মার প্রতিচ্ছবি দর্শন করতে হয়। তারপর ইষ্টদেবতাকে করজোড়ে নমস্কার করে শয্যার উপর উত্তরমুখী হয়ে বসে প্রাতঃস্মরণীয় বিষয় চিন্তা ও পাঠ করতে হয়।

নবগ্রহ স্মরণ

প্রথমেই ব্রহ্মা, বিষ্ণু, শিব এবং নবগ্রহের স্মরণ ও তাঁদের নমস্কার করতে হয়। ব্রহ্মা-বিষ্ণু-শিব হলেন সৃষ্টি-স্থিতি-লয়ের দেবতা। তাই শুরুতেই তাঁদের স্মরণ করতে হয়। নবগ্রহ দ্বারা মানুষের কর্ম ও ভাগ্য প্রভাবিত হয়। নবগ্রহের কুপ্রভাবে মানুষের জীবনে নানা বাধা-বিঘ্ন সৃষ্টি হতে পারে। তাই বিঘ্ননাশের জন্য ব্রহ্মা-বিষ্ণু-শিবের সাথে নবগ্রহের স্মরণ ও তাদের প্রতি শ্রদ্ধা-জ্ঞাপন একান্ত কর্তব্য। নিম্নোক্ত মন্ত্রে ত্রিদেব ও নবগ্রহের স্মরণ করতে হয়।

ওঁ ব্রহ্মামুরারি স্ত্রিপুরান্তকারী, ভানুঃ শশী ভূমিসুতো বুধশ্চ।

গুরুশ্চ শুক্রঃ শনি রাহু কেতুঃ কুর্বন্তু সর্বে মম সুপ্রভাতম্ ।।

অর্থাৎ ব্রহ্মা, মুরারি (বিষ্ণু), ত্রিপুর বিনাশীকারী (শিব), ভানু (রবি), শশী (চন্দ্র), ভূমিসুত (মঙ্গল), বুধ, গুরু (বৃহস্পতি), শুক্র, শনি, রাহু ও কেতু সকলে আমার সুপ্রভাত গ্রহণ করুন। তারপর দীক্ষিত ব্যক্তিদের গুরুকে স্মরণ ও নমস্কার করতে হয়।

আত্মচিন্তা

দীক্ষিত ও অদীক্ষিত সকলেরই নিম্নোক্ত মন্ত্রে আত্মচিন্তা করতে হয়—

অহং দেবো ন চান্যেহস্মি, ব্রহ্মৈবাহংন শোকভাক্।

সচ্চিদানন্দ রূপোহহং, নিত্যমুক্তঃ স্বভাববান্ ।।

—আমি দেব, অন্য কেউ নই, আমি ব্রহ্ম, আমি সৎ, চৈতন্যময় ও আনন্দময়। আমি শোকে অভিভূত হই না, আমি সর্বদা মুক্তস্বভাব।

আত্মনিবেদন

আত্মচিন্তনের পর নিম্নোক্ত মন্ত্রে আত্মনিবেদন করতে হয়।

লোকেশ চৈতন্যময়াধিদেব, শ্রীকান্তবিষ্ণো ভবদাজ্ঞৈব।

প্রাতঃ সমুত্থায় তব প্রিয়ার্থং সংসারযাত্রা মনুবর্তয়িষ্যে ।।

জানামি ধর্মং ন চ মে প্রবৃত্তি জানাম্যধর্মং ন চ মে নিবৃত্তিঃ।

ত্বয়া হৃষীকেশঃ হৃদিস্থিতেন, যথা নিযুক্তোহস্মি তথা করোমি ।।

—হৃদয়ে যে পরম দেবতার বাস, তিনি যে কার্যে আমাকে প্রেরণ করেছেন, আমি তাই করছি, জগত্রয়ে আমার নিজের কোন কার্যই নাই। ধর্মজনক যা কিছু আছে, তা সকলই জানি কিন্তু তাতে আমার প্রবৃত্তি নাই। পাপজনক যা কিছু আছে তাও জানি, তাতেও আমার অপ্রবৃত্তি নাই। হে হৃদিস্থিত হৃষীকেশ, তবুও যা কিছু করছি, তা তোমার নিয়োগ অনুসারে মাত্র, আমার নিজের প্রবৃত্তি বশে নয়। হে লোকেশ, হে চৈতন্যময়াধি দেব, হে শ্রীকান্ত, হে বিষ্ণু, আমি তোমার প্রীতি সম্পাদনের জন্যই তোমার আজ্ঞা অনুসারে প্রাতেঃ জাগ্রত হয়ে সংসার-যাত্রা নির্বাহ করছি।

দেবীপক্ষে বিশেষ মন্ত্র

দেবীপক্ষে প্রাতেঃ এক বিশেষ মন্ত্র পাঠ করতে হয়, তা এরকম—

প্রাতঃ প্রভৃতি সায়ান্তং সায়াদি প্রাতরন্ততঃ।

যৎ করোমি জগত্যর্থে তদস্তু তব পূজানম্ ।।

ত্রৈলোক্য রক্ষাধিময়ে সুরেশী, শ্রীপার্বতী ত্বচ্চরণাজ্ঞৈব।

প্রাতঃ সমুত্থায় তব প্রিয়ার্থং, সংসারযাত্রা মনুবর্তয়িষ্যে ।।

—হে ত্রিলোকের চৈতন্যময়ী, হে ঈশ্বরের ঈশ্বরী, হে সুরেশী, হে শ্রী পার্বতী, আমি প্রাতঃকাল হতে সায়হ্ন এবং সায়াহ্ন হতে প্রাতঃ পর্যন্ত জগতের নিমিত্ত যা কিছু করছি তা তোমারই পূজন আর তোমার প্রীতি সম্পাদনের জন্য, তোমারই শ্রীচরণের আজ্ঞা অনুসারে প্রত্যূষে জাগ্রত হয়ে সংসারযাত্রা নির্বাহ করছি।

কলিদোষ নাশনের জন্য মন্ত্র

কলিদোষ নাশনের জন্য নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে হয়।

কর্কোটকস্য নাগস্য দময়ন্ত্যা নলস্য চ।

ঋতুপর্ণস্য রাজর্ষেঃ কীর্তনং কলিনাশনম্ ।।

—কলিদোষ নাশনের নিমিত্ত, কর্কোটক নাগ, নল ও দময়ন্তী এবং রাজর্ষি ঋতুপর্ণের নাম স্মরণ করবে।

অর্থনাশ নিবারণ ও নষ্টদ্রব্য পুন-প্রাপ্তির মন্ত্র

অর্থনাশ নিবারণ ও নষ্টদ্রব্য পুন-প্রাপ্তির জন্য মৎস্য পুরাণের নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে হয়।

কার্তবীর্যার্জুনো নাম রাজা বাহু সহস্রভৃৎ।

যোহস্য সংকীর্তয়েন্নাম কল্যমুত্থায় মানবঃ।

ন তস্য বিত্তনাশঃ স্যান্নষ্টঞ্চ লভতে পুনঃ ।।

—যে মানব প্রাতঃকালে নিদ্রা হতে জাগরিত হয়ে সহস্রবাহুধারী কার্তবীর্যার্জুন নামক রাজার নাম-কীর্তন করে, তার বিত্তনাশ হয় না এবং হৃত বা নষ্টদ্রব্যের পুন-প্রাপ্তি হয়ে থাকে।

পুণ্যশ্লোক স্মরণ

নিম্নোক্ত মন্ত্রে পুণ্যশ্লোকগণের নাম স্মরণ করতে হয়।

পুণ্যশ্লোক নলো রাজা পুণ্যশ্লোকো যুধিষ্ঠিরঃ।

পুণ্যশ্লোকা চ বৈদেহী পুণ্যশ্লোকো জনার্ধনঃ ।।

—রাজা নল, মহারাজা যুধিষ্ঠির, বৈদেহী (সীতা) ও জনার্ধন (বিষ্ণু) এই সকল পূন্যশ্লোকগণের নাম স্মরণ করবে।

পঞ্চকন্যা স্মরণ

পুণ্যশ্লোকগণের নাম স্মরণ করে পঞ্চকন্যার নাম স্মরণ করতে হয়। এই পঞ্চকন্যার প্রত্যেকেই সতী ও প্রতিব্রতা ছিলেন। তাই তাঁদের স্মরণ করলেও মনে সৎ চিন্তা জাগ্রত হয় এবং পাপনাশ হয়।

অহল্যা দ্রৌপদী কুন্তী তারা মন্দোদরী তথা।

পঞ্চকন্যা স্মরোন্নিত্যং মহাপাতক নাশনম্ ।।

—মহাপাপ নাশের নিমিত্ত অহল্যা, দ্রৌপদী, কুন্তী, তারা ও মন্দোদরী এই পঞ্চকন্যার নাম স্মরণ করবে।

দশমহাবিদ্যা স্মরণ

নিম্নোক্ত মন্ত্রে দশমহাবিদ্যার নাম স্মরণ করতে হয়।

ওঁ কালী তারা মহাবিদ্যা ষোড়শী ভুবনেশ্বরী।

ভৈরবী ছিন্নমস্তা চ বিদ্য ধূমাবতী তথা ।।

বগলা সিদ্ধবিদ্যা চ মাতঙ্গী কমলাত্মিকা।

এতা দশ মহাবিদ্যা সিদ্ধবিদ্যা প্রকীর্তিতা ।।

—কালী, তারা, ষোড়শী, ভুবনেশ্বরী, ভৈরবী, ছিন্নমস্তা, ধূমাবতী, বগলা, মাতঙ্গী ও কমলা এই দশমহাবিদ্যা সিদ্ধবিদ্যা বলে খ্যাতা। এরপর নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে হয়।

প্রভাতে যঃ স্মরেন্নিত্যং দুর্গা দুর্গাক্ষরদ্বয়ম্।

আপদস্তস্য নশ্যন্তি তমঃ সূযোর্দয়ে যথা ।।

—প্রতিদিন প্রভাতে “দুর্গা দুর্গা” এই অক্ষরদ্বয় স্মরণ করলে সূর্যোদয়ে অন্ধকার বিনাশের মত তাঁর আপদসমূহ দূরীভূত হয়ে থাকে।

ভূমি বা পৃথিবী প্রণাম

“ওঁ প্রিয়দত্তায়ৈঃ ভূবে নমঃ” মন্ত্রে পৃথিবীকে নমস্কার করে নিম্নোক্ত মন্ত্রে ভূমিতে পদ-স্পর্শ করতে হয়।

ওঁ সমুদ্রমেখলে দেবী পর্বতস্তন মণ্ডলে।

বিষ্ণুপত্নী নমস্তেহস্তু পাদস্পর্শং ক্ষমস্ব মে ।।

—সমুদ্র যার মেখলা (কটিবন্ধনী) স্বরূপ, পর্বতসমূহ যার স্তনমণ্ডল স্বরূপ, সেই বিষ্ণুপত্নী ভূমিকে নমস্কার। আপনি আমার পাদস্পর্শ জনিত অপরাধ ক্ষমা করুন। এরপর শুভ বস্তু স্পর্শ করতে হয়, যেন শুভ বস্তুর স্পর্শে সম্পূর্ণ দিনটি শুভ হয়ে যায়। বিদ্বান ব্রাহ্মণ, সৌভাগ্যবতী ও সাধ্বী স্ত্রী, অগ্নি, গরু এবং সাগ্নিক ব্রাহ্মণের মুখ দর্শন করে গরু, ঘৃত, দধি, সর্ষপ (সরিষা), প্রিয়ঙ্গু প্রভৃতি শুভবস্তু স্পর্শ করলে সকল পাপ হতে মুক্তি লাভ করা যায়। এরপর শৌচকার্য বা মলত্যাগ বিধেয়।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : শৌচকর্ম ও দন্তধাবন

মানুষের দেহে দ্বাদশ প্রকার মল আছে। এর মধ্যে বসা (চর্বি), শুক্র, অসৃক (রক্ত), মজ্জা, মুত্র ও বিষ্ঠা এই ছয় প্রকার মল মৃত্তিকা ও জলের দ্বারা শুদ্ধ করতে হয় এবং ঘ্রাণবিট্ (নাসিকা মল) কর্ণবিট (কর্ণ মল), শ্লেষ্মা, অশ্রু, ধূষিকা (চক্ষুর পেঁচড়া) ও স্বেদ (ঘর্ম) এই ছয় প্রকার মল শুধু জল দ্বারা শুদ্ধ করতে হয়। মলত্যাগের পর উই ও ইঁদুর কতৃর্ক উত্তোলিত মৃত্তিকা এবং জল দ্বারা শৌচকর্ম করতে হয়। জলে মলমূত্র ত্যাগ নিষিদ্ধ। দিনে উত্তরমুখ এবং রাত্রিতে দক্ষিণমুখ হয়ে মলমূত্র ত্যাগ, মৈথুন, প্রস্রাব, দন্তধাবন, স্নান করা উচিত এবং ভোজনকালে মৌনী থাকা অর্থাৎ কথা না বলা আবশ্যক। এখন দন্তধাবন প্রসঙ্গে আসা যাক। সূর্যোদয়ের পূর্বে চার দণ্ডের (৯৬ মিনিট) মধ্যে দন্তধাবন কর্তব্য। পূর্ব ও উত্তরমুখে বসে দন্তধাবন করা বিধেয়। দন্তধাবনে কখনো তর্জনী ব্যবহার করা উচিত নয়। খদির, নিম, আপাঙ্, কদম্ব, করঞ্জ, বট, তিন্তিড়ী (তেঁতুল), বাঁশ, আম, বিল্ব, অর্কবৃক্ষ (আঁকড় গাছ), যজ্ঞডুমুর এবং তিক্ত, কষায় ও কটুরসযুক্ত

বৃক্ষ, কণ্টকযুক্ত, সুগন্ধি ও ক্ষীরযুক্ত বৃক্ষের দণ্ড দ্বারা দন্তধাবন বিধেয়। তবে শ্রাদ্ধদিনে, জন্মতিথিতে, বিবাহ দিনে, অজীর্ণ হলে, চান্দ্রায়ণের দিনে, উপবাসের দিনে এবং প্রতিপদ, পর্বদিন, ষষ্ঠী, চতুর্দশী, অষ্ঠমী, নবমী ও রবিবারে দন্তকাষ্ঠ বর্জন করতে হয়।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : স্নানবিধি

শাস্ত্রে মান্ত্র, ভৌম, আগ্নেয়, বায়ব্য, দিব্য, বারুণ ও মানস এই সাত প্রকার স্নানের উল্লেখ আছে। ঋক্-মন্ত্রের মাধ্যমে যে দেহশুদ্ধি তাকে মন্ত্র-স্নান বলে। গঙ্গাদি মৃত্তিকা দ্বারা তিলক-ধারণের মাধ্যমে যে দেহশুদ্ধি তাকে ভৌম-স্নান বলে। সংস্কৃত (শুদ্ধ) ভস্মের দ্বারা শরীর লেপনকে আগ্নেয়-স্নান বলে। গরুর ক্ষুরের দ্বারা সৃষ্ট ধূলিস্পর্শে বায়ব্য-স্নান হয়। রৌদ্র-সমন্বিত বৃষ্টিজলে যে স্নান তা দিব্য-স্নান নামে পরিচিত। জলে অবগাহন করে অর্থাৎ নিমজ্জিত হয়ে যে স্নান তাকে বারুণ-স্নান বলে। বিষ্ণুস্মরণ অর্থাৎ বিষ্ণুর পাদপদ্ম নিঃসৃত গঙ্গাজলে স্নান করছি, মনে মনে এমন চিন্তা করাই মানস-স্নান। প্রথমে স্রোতের দিকে মুখ করে অথবা সূর্যদেবের দিকে মুখ করে জলে নিমগ্ন হয়ে নারায়ণ, গঙ্গা ও ইষ্টদেবের স্মরণ করতে হয়। তারপর মুক্ত কেশ হয়ে অবগাহন করে কৃতাঞ্জলি হয়ে (হাত-জোড় করে) সূর্যমণ্ডল হতে তীর্থ আবাহন করতে হয়। নিম্নোক্ত মন্ত্রে তীর্থ আকর্ষণ বা আবাহন করা হয়—

ওঁ গঙ্গে চ যমুনে চৈব গোদাবরি সরস্বতি।

নর্মদে সিন্ধু কাবেরি জলেস্মিন্ সন্নিধিং কুরু ।।

ব্রহ্মাণ্ডে দেবতীর্থানি করৈঃ স্পষ্টানি তে রবেঃ।

তেন সত্যেন মে দেব! তীর্থর্ং দেহি দিবাকর! ।।

প্রিয়ব্রতানি তীর্থানি সূর্যরশ্মিস্থিতানি চ।

আগত্যার্ঘ্যং গৃহীত্বা সর্বসিদ্ধিং প্রযচ্ছ মে।

চতুস্রঃ বিনির্মায় তত্র স্নানং দিশেৎ সুধীঃ ।।

-হে গঙ্গে, হে যমুনে, হে গোদাবরি, হে সরস্বতি, হে নর্মদে, হে সিন্ধু, হে কাবেরি, আপনারা এই জলে বাস করুন। হে সূর্যদেব, ব্রহ্মাণ্ডে যেসব দেবতীর্থে আপনার কর স্পর্শ পড়েছে আমাকে সেসব দেবতীর্থ প্রদান করুন। সূর্যরশ্মিস্থিত কল্যাণকারক যে সকল তীর্থ আছেন, তাঁরা আগমন পূর্বক অর্ঘ্য গ্রহণ করে আমাকে সর্বসিদ্ধি দান করুন। এই স্থান সুধী ব্যক্তি একটি চতুষ্কোণ-মণ্ডল নির্মাণ করে তার মধ্যে স্নান করবে"। উক্ত মন্ত্রে তীর্থ আবাহন করে অঙ্কুশমুদ্রা সহযোগে "বং" এই বীজমন্ত্র দ্বারা ঐ তীর্থগণকে জলে সংযোগ করতে হয়। তারপর ঐ স্থানকে সোম (চন্দ্র), সূর্য ও অগ্নিমণ্ডল চিন্তা করে তার মধ্যে স্নান করা বিধেয়। শাস্ত্রোক্ত এই পদ্ধতিতে স্নান করলে নদী ও পুষ্করিণীর জলে স্নান করেও তীর্থস্নানের ফল হয়। তীর্থ আবাহনের অন্য একটি মন্ত্র আছে, যথা—

ওঁ গঙ্গে চ যমুনে চৈব গোদাবরি সরস্বতি।

নর্মদে সিন্ধু কাবেরি জলেস্মিন্ সন্নিধিং কুরু ।।

ওঁ কুরুক্ষেত্র গয়া গঙ্গা প্রভাস পুষ্করানি চ।

পুণ্যান্যেতানি তীর্থানি স্নানকালে ভবন্ত্বিহ ।।

—হে গঙ্গে, হে যমুনে, হে গোদাবরি, হে সরস্বতি, হে নর্মদে, হে সিন্ধু, হে কাবেরি, আপনারা এই জলে বাস করুন। কুরুক্ষেত্র, গয়া, গঙ্গা, প্রভাস ও পুষ্কর এই সকল পূণ্যতীর্থসমূহ স্নানের সময় অবস্থান করছেন। প্রাচীনকালে স্নানের সময় গাত্রমল দূরীভূত করার জন্য গাত্রে মৃত্তিকা লেপন করা হত। নিম্নোক্ত মন্ত্রে মৃত্তিকা লেপন করা হত।

ওঁ অশ্বক্রান্তে রথক্রান্তে বিষ্ণুক্রান্তে বসুন্ধরে!

মৃত্তিকে হর মে পাপং যন্ময়া দুষ্কৃতং কৃতম্।

ওঁ উদ্ধতাসি বরাহেণ কৃষ্ণেন শতবাহুনা।

নমস্তে সর্বদেবানাং প্রভবারুণী সুব্রতেঃ।

ওঁ আধারং সর্বরূপস্য বিষ্ণুরতুল তেজসঃ।

তদ্রূপাশ্চ ততো জাতা অগ্নে তাঃ প্রণমাম্যহম্।

ইত্যপদিশ্যাম্ভসি ত্রির্নিমজ্জেৎ ততো বুধঃ ।।

—হে অশ্বক্রান্ত, হে রথক্রান্ত, হে বিষ্ণুক্রান্ত, হে বসুন্ধরে, হে মৃত্তিকে, আমার দুষ্কার্যজনিত যে সকল পাপ তা বিনষ্ট করুন। বরাহ রূপে শ্রীকৃষ্ণ তোমাকে শতবাহুর দ্বারা উদ্ধার করেছিলেন, আমার গাত্রে আরোহণ করে আমার সকল পাপ বিমোচন করুন। হে মৃত্তিকে, ব্রহ্মাদত্তে, কাশ্যপ অভিমন্ত্রীতে, হে সর্বভূত প্রসবিনী, সুব্রতে, তোমাকে নমস্কার। সর্বরূপের আধার স্বরূপ বিষ্ণুর তুল্য তেজযুক্তা এবং তাঁর কতৃর্ক জন্মলাভ করেছ বলে তোমাকেই অগ্রে প্রণাম করি। এই মন্ত্র বলার পর চক্ষু, কর্ণ ও নাসিকা বন্ধ করে জলে তিন বার ডুব দিতে হয়।

স্নান করার পূর্বে শরীরে তৈল-মর্দন করতে হয়। তবে রবি, মঙ্গল ও বৃহস্পতি বার তৈল-মর্দন নিষিদ্ধ। স্নানের শুরুতেই নাভিজলে দণ্ডায়মান হয়ে আচমন পূর্বক সঙ্কল্প করতে জয়। যথা— বিষ্ণু ওঁ তৎসৎ অদ্য অমুক মাসি (মাসের নাম উল্লেখ করতে হয়), অমুক তিথৌ (তিথির নাম উল্লেখ করতে হয়), অমুক গোত্রঃ (গোত্রের নাম উল্লেখ করতে হয়), শ্রী অমুক দেবশর্মা (নিজের নাম), শ্রী নারায়ণ প্রীতয়ে অস্যাং নদ্যাং (নদীর নাম) বা গঙ্গায়াং বা তড়াগে (নদী বা দীঘীর নাম) স্নানমহং করিষ্যে। স্নানকালে তর্পণ করা বিধেয়। দেবতা, ঋষি ও পিতৃপুরুষের তৃপ্তি-সাধনের জন্য যে কর্ম, তাই তপর্ণ। স্নানকালে পিতৃপুরুষের উদ্দেশ্যে তিলজল তর্পণ করা সকল পুত্রের জন্যই আবশ্যক। সামবেদীয়গণের তর্পণ বাক্য এরকম "বিষ্ণুরোম অমুকাগোত্রঃ পিতা অমুক দেবশর্মা তৃপ্যতামেতৎ সতিলোদকং তস্মৈ স্বধা" অর্থাৎ বিষ্ণুকে স্মরণ করে অমুক গোত্রের অমুকের তৃপ্তির জন্য তিল ও জল অর্পণ করছি। পিতামহ, মাতামহ, প্রপিতামহ, প্রমাতামহ প্রভৃতি পিতৃপুরুষের উদ্দেশ্যে তর্পণের ক্ষেত্রে পিতার গোত্র নামের স্থলে তাঁদের গোত্রের নাম উল্লেখ করতে হয়। প্রত্যেকের উদ্দেশ্যে তিল সহ এক অঞ্জলি জল প্রদান করা হয়।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : ত্রিসন্ধ্যা গায়ত্রী

প্রত্যেক হিন্দুধর্মাবলম্বীর তিন বেলা সন্ধ্যা কর্তব্য। ব্রহ্ম-গায়ত্রী প্রভৃতি মন্ত্র জপ করাই হল সন্ধ্যা। ভাগবতে আছে— নক্ষত্র থাকতে থাকতে প্রাতঃসন্ধ্যা, সূর্য মাথার উপরে উঠলে মধ্যাহ্ন-সন্ধ্যা এবং সূর্য অর্ধেক ডুবেছে এমন সময় সায়ং-সন্ধ্যায় বসবে। প্রকৃতপক্ষে প্রাতঃসন্ধ্যার সময় সূর্যোদয়ের ২৪ মিনিট পূর্ব হতে সূর্যোদয়ের পর ২৪ মিনিট পর্যন্ত। মধ্যাহ্ন-সন্ধ্যার সময় ১১ টা ৪৮ মিনিট হতে ১ টা ১২ মিনিট পর্যন্ত। সূর্যাস্তের দুই ঘণ্টা পূর্ব হতেই সায়ং-সন্ধ্যা শুরু করতে হয়। প্রত্যেক সন্ধ্যার পূর্বেই স্নান করা আবশ্যক। তবে তিন বার স্নান করতে অসমর্থ হলে শুধু প্রাতঃসন্ধ্যার পূর্বে স্নান করতে হয়। কুশাসন, ঊর্ণাশন বা মৃগচর্মের উপর বসে সন্ধ্যা করা বিধেয়। প্রাতঃ ও মধ্যাহ্ন-সন্ধ্যায় পূর্বমুখ হয়ে এবং সায়ং-সংন্ধ্যায় উত্তরমুখ হয়ে বসতে হয়। তারপর আচমন, বিষ্ণুস্মরণ, প্রাণায়াম ও ধ্যান সম্পন্ন করে গায়ত্রীমন্ত্র জপ করা বিধেয়। গায়ত্রীমন্ত্র জপের পূর্বে গায়ত্রীর আবাহন এবং ধ্যান করতে হয়। প্রভাতে গায়ত্রী, মধ্যাহ্নে সাবিত্রী এবং সায়াহ্নে সরস্বতীর ধ্যান করতে হয়। গায়ত্রী জপকালে নিগুর্ণ-ব্রহ্মকে ত্রিগুণময়ী ও শিবশক্তি রূপে চিন্তা করতে হয়। প্রাতঃসন্ধ্যার সময় হৃদয়ের নিকট দক্ষিণ হস্ত চিৎ রেখে, মধ্যাহ্ন-সন্ধ্যার সময় দক্ষিণ হস্ত বক্র রেখে এবং সায়ং-সন্ধ্যার সময় দক্ষিণ হস্ত অধোমুখ রেখে বৃদ্ধাঙ্গুলির অগ্রপর্ব দ্বারা অনামিকার মূলপর্ব থেকে জপ শুরু করে কনিষ্ঠার মূল, মধ্য ও অগ্রপর্ব, অনামিকার অগ্রপর্ব, মধ্যমার অগ্র এবং তর্জনীর অগ্র, মধ্য ও মূলপর্বে পর্যন্ত জপ করলে ১০ বার জপ সম্পন্ন হয়। সাধ্যানুসারে দশ, অষ্টোত্তর শত (১০৮) বা অষ্টোত্তর সহস্র (১০০০৮) গায়ত্রী জপ করতে হয়। "ওঁ ভূঃ ভুবঃ স্বঃ তৎসবিতুর্বরেণ্যং ভগোর্দেবস্য ধীমহি ধিয়ো যো নঃ প্রচোদয়াৎঃ ওঁ" এই ব্রহ্ম-গায়ত্রী মন্ত্র জপ শেষে তাঁকে নিম্নোক্ত মন্ত্রে বিসর্জন দিতে হয়।

ওঁ মহেশ বদনোৎপন্না বিষ্ণোহৃর্দয় সম্ভবা।

ব্রহ্মণা সমনুজ্ঞাতা গচ্ছ দেব যথেচ্ছয়া ।।

—মহেশ্বরের বদন ও বিষ্ণুর হৃদয় হতে উৎপন্না গায়ত্রী দেবী, ব্রহ্মার নির্দেশ মত যেখানে ইচ্ছা সেখানে গমন করুন। গায়ত্রী-মন্ত্র বিসর্জন শেষে আত্মরক্ষা ও রুদ্রোপস্থান মন্ত্র পাঠ করে সূর্যার্ঘ্য দান ও সূর্যপ্রণাম করতে হয়। সূর্যপ্রণাম শেষে নিম্নোক্ত মন্ত্রে ত্রুটি মার্জনার জন্য গায়ত্রী দেবীকে এক অঞ্জলি জল প্রদান করতে হয়।

ওঁ যদক্ষরং পরিভ্রষ্টং মাত্রাহীনঞ্চ যদ্ভবেৎ।

পূর্ণং ভবতু তৎসর্বং তৎপ্রসাদাৎ সুরেশ্বরি ।।

অর্থাৎ হে সুরেশ্বরি, আমার এই সকল মন্ত্র উচ্চারণে যদি কোন অক্ষর পরিভ্রষ্ট হয়ে থাকে এবং যদি কোন অক্ষর মাত্রাহীন হয়ে থাকে, তোমার কৃপায় তা সব কিছুই পূর্ণ (শুদ্ধ) হোক।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : ভোজন বিধি

পঞ্চার্দ্র হয়ে অর্থাৎ দক্ষিণ হস্ত, বাম হস্ত, দক্ষিণ পদ, বামপদ এবং মুখ এই পঞ্চ অঙ্গ ধৌত করে পূর্বমুখ হয়ে বসে মৌনী হয়ে (কথা না বলে) আহার করতে হয়। ব্রাহ্মণগণকে চতুষ্কোণ মণ্ডল, ক্ষত্রিয়গণকে ত্রিকোণ মণ্ডল, বৈশ্যগণকে অর্ধচন্দ্রাকার এবং শূদ্রগণকে বতুর্লাকার মণ্ডল অঙ্কিত করে তার উপর ভোজন-পাত্র রেখে আহার গ্রহণ করতে হয়। ব্রাহ্মণ, ব্রহ্মচারী, সন্ন্যাসী এবং বিধবাদের কাংস্যপাত্রে ভোজন নিষিদ্ধ। অন্নগ্রহণের পূর্বে সুপ্রোক্ষিতম্অস্তু (উত্তমরূপে সিক্ত করলাম) বলে অন্ন-ব্যঞ্জনাদির উপর জলের ছিটা দিয়ে অবগুণ্ঠন ও ধেনু-মুদ্রা প্রদর্শন করে মৎস্য-মুদ্রা দ্বারা অন্ন আচ্ছাদিত করতে হয়। তারপর অন্ন-ব্যঞ্জনের উপর দশবার গায়ত্রী-মন্ত্র জপ করতে হয়। মানুষের দেহে দশটি বায়ু ভোজন ও পরিপাকে সাহায্য করে। তার মধ্যে নাগ, কূর্ম, কৃকর, দেবদত্ত ও ধনঞ্জয় এই পঞ্চবায়ুকে বাহ্য-পঞ্চবায়ু এবং প্রাণ, অপান, সমান, উদান ও ব্যান এই পঞ্চবায়ুকে অন্তর-পঞ্চবায়ু বলে। ভোজনের পূর্বে বাহ্য-পঞ্চবায়ুকে ভূতিবলি প্রদান করা হয়। এজন্য ভূমিতে অল্প পরিমান অন্ন পাঁচভাগে রেখে “ওঁ নাগায় নমঃ, ওঁ কূর্মায় নমঃ, ওঁ কৃকরায় নমঃ, ওঁ দেবদত্তায় নমঃ, ওঁ ধনঞ্জয়ায় নমঃ” বলে প্রত্যেক ভাগে একটু জল দিতে হয়। তারপর এক গণ্ডূষ (এক কোষ) জল নিয়ে অর্ধেক পান করতে হয় এবং অবশিষ্ট জল দ্বারা অন্নের উপর আস্তরণ দিতে হয়। এক আপোশান বলে। আপোশানকালে অমৃতঃ উপস্তরণমসি স্বাহা (অমৃতের আস্তরণ দিলাম) মন্ত্র উচ্চারণ করতে হয় অর্থাৎ তখন ভোক্তাকে মনে মনে চিন্তা করত হয় যেন অন্নের উপর জল রূপ অমৃতের আস্তরণ বা আচ্ছাদন দেয়া হয়েছে। এরপর অন্তর-পঞ্চবায়ুকে অন্নে আহুতি দিতে হয়। উপনিষদে বলা হয়েছে অন্নই ব্রহ্ম। তাই অন্নে প্রাণবায়ু আহতি দিলে মূলত ব্রহ্মেই আহুতি দেয়া হয়। তর্জনী, মধ্যমা ও অঙ্গুষ্ঠ দ্বারা “ওঁ প্রাণায় স্বাহা” মন্ত্রে প্রাণবায়ুকে; মধ্যমা, অঙ্গুষ্ঠ ও অনামিকা দ্বারা “ওঁ অপানায় স্বাহা” মন্ত্রে অপান বায়ুকে; কনিষ্ঠা, অঙ্গুষ্ঠ ও অনামিকা দ্বারা “ওঁ সমানায় স্বাহা” মন্ত্রে সমান বায়ুকে; কনিষ্ঠা, অনামিকা, মধ্যমা ও অঙ্গুষ্ঠ এই চতুরাঙ্গুলি দ্বারা “ওঁ উদানায় স্বাহা” মন্ত্রে উদান বায়ুকে এবং পঞ্চাঙ্গুলি দ্বারা “ওঁ ব্যানায় স্বাহা” মন্ত্রে ব্যান বায়ুকে আহুতি দেওয়া হয়। এভাবে নির্দিষ্ট মন্ত্রে নিদিষ্ট আঙ্গুলি সহযোগে অন্নে ঘৃতপ্রদানের মাধ্যমে ব্রহ্মে প্রাণবায়ুকে আহুতি দেয়া হয়। এর পর আহার শুরু করতে হয়। শাস্ত্রমতে প্রথমে মিষ্টি, তারপর লবণ, লবণের পর অম্ল, অম্লের পরে কটু এবং অবশেষে তিক্ত আহার গ্রহণ কর্তব্য। ব্রাহ্মণগণের সাথে ভোজন করতে বসলে এক ব্যক্তি পাত্র ত্যাগ করলে সকলকেই ত্যাগ করতে হয় অর্থাৎ শেষান্ন ভোজন করতে নেই। ভোজন শেষে অন্নযুক্ত হস্তে এক গণ্ডূষ জল নিয়ে ওঁ অমৃতঃ অপিধানমসি স্বাহা (অমৃত ধারণ করে শেষ করলাম) মন্ত্রে প্রত্যোপশান অর্থাৎ অর্ধেক জল পান করে অবশিষ্টাংশ মাটিতে ফেলতে হয়।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : শাস্ত্রপাঠবিধি

মনুসংহিতায় বলা হয়েছে— বর্ষাকালে এবং রাত্রিতে বেদপাঠ নিষিদ্ধ। ভূমিকম্প, ঝড় প্রভৃতি দুর্যোগকালেও বেদপাঠ নিষিদ্ধ। জলমধ্যে দাঁড়িয়ে, মধ্যরাত্রির চতুর্থ মুহূর্তে, মলমুত্র ত্যাগর সময়, উচ্ছিষ্ট অবস্থায় এবং শ্রাদ্ধীয় নিমন্ত্রন গ্রহণ করে মনে-মনেও বেদ চিন্তা করা উচিত নয়। চন্দ্র ও সূর্য গ্রহণের সময়, অমাবস্যা, পূর্ণিমা, অষ্টমী ও চতুর্দশী তিথিতে বেদ পাঠ নিষিদ্ধ। কলহকালে, যুদ্ধকালে, সবেমাত্র ভোজন করে, অজীর্ণ হলে অর্থাৎ আগের দিনের অন্ন পরের দিন পরিপাক না হলে, বমি করার পর এবং ঢেকুর তুলতে তুলতে বেদ অধ্যয়ন করা উচিত নয়। কোন কারণে দেহে রক্তপাত হলেও বেদ অধ্যয়ন অকর্তব্য। অশ্ব, বৃক্ষ, হস্তী, গাধা, উট ও নৌকায় আরোহন করে বেদ পাঠ নিষিদ্ধ। শ্মশানের নিকটে, গোচারণ স্থানে, মৈথুনকালীন বস্ত্র পরিধান করে এবং শ্রাদ্ধীয়-দ্রব্য গ্রহণ করে বেদ পাঠ অকর্তব্য। প্রাতঃ-সন্ধ্যা এবং সায়ং-সন্ধ্যাকালে বেদ পাঠ নিষিদ্ধ। একমাত্র মধ্যাহ্ন-সন্ধ্যাকালেই বেদ অধ্যয়ন কর্তব্য।

নিত্যকর্ম পদ্ধতি : পূর্বাহ্ন-কৃত্য

পূর্বাহ্ন-কৃত্য প্রথম যামার্ধ হতে তৃতীয় যামার্ধ অর্থাৎ ভোর ৬ টা হতে ৭ টা ৩০ মিনিটের মধ্যে করণীয়। দেবগৃহ পরিষ্কার, গুরু ও মাঙ্গল্য দ্রব্য দর্শন, দর্পণে মুখ দর্শন, কেশ প্রসাধন এবং পুষ্প, তুলসী ও বিল্বপত্র চয়নাদি কর্ম প্রথম যামার্ধে অথার্ৎ ৬ টা হতে ৭ টা ৩০ মিনিটের মধ্যে করতে হয়। এরপর বেদপাঠ দ্বিতীয় যামার্ধে অর্থাৎ ৭ টা ৩০ মিনিট হতে ৯ টার মধ্যে করতে হয়। তৃতীয় যামার্ধে অর্থা

Menu

Search

হিন্দু দর্শন

হিন্দুধর্ম, হিন্দুধর্মীয় সংস্কৃতি, মতবাদ, দর্শন, ঈশ্বর, দেবদেবী, উপাসনা পদ্ধতি, পূজা ও যজ্ঞ, যোগ সম্পর্কিত ব্লগ

Navigation

বিষয়াবলি

আচার-অনুষ্ঠান (4)

ঈশ্বর তত্ত্ব (1)

উপাসনা (7)

উপাসনা ও যোগ (1)

দর্শন (2)

দেব-দেবী (12)

ধর্মগ্রন্থ (9)

ধর্মীয় মত-পথ (1)

ধর্মীয় সংস্কার (2)

পূজা ও যজ্ঞ (3)

হিন্দুধর্ম (3)

জনপ্রিয় প্রবন্ধসমূহ

পূজা পদ্ধতি

পূজা পদ্ধতি পূজা অর্থ কি এখন পূজার তাৎপর্য বর্ণনা করা যাক। “গৌরবিত - প্রীতি হেতু ক্রিয়া পূজা” অর্থাৎ গৌরবিতের (মহান) প্রীতির জন্য যে স...

মহাভারতের কাহিনী

মহাভারতের কাহিনী সংক্ষিপ্তরূপে মহাভারতের কাহিনী শুরু করছি। মহর্ষি কৃষ্ণদ্বৈপায়ণ মহাভারত রচনা করেন। মহাভারতে ধর্ম, রাজনীতি, রণকৌশল, অ...

রামায়ণ কাহিনী

রামায়ণ কাহিনী মহর্ষি বাল্মীকি রামায়ণ কাহিনী রচনা করেন। কথিত আছে যে, মহর্ষি বাল্মীকি রামের জন্মের ষাটহাজার বৎসর পূর্বে রামায়ণ রচনা ক...

বৈদিক যজ্ঞ

যজ্ঞ কি দেবতার উদ্দেশ্যে প্রিয়বস্তু দান বা উৎসর্গ করাকে যজ্ঞ বলে। স্বর্গলাভ, পুণ্য - অর্জন, ধনলাভ, রোগমুক্তি প্রভৃতি বিভিন্ন কারণে য...

অষ্টাঙ্গ-যোগ

যোগ যে পদ্ধতিতে ঈশ্বরের সাথে যোগাযোগ স্থাপন করা হয় তাকে যোগ বলে। যম, নিয়ম, আসন, প্রাণায়াম, প্রত্যাহার, ধারণা, ধ্যান ও সমাধি এই আট প্রকার...

হিন্দুধর্মে নিষিদ্ধ খাদ্য ও ভোজন বিধি

হিন্দুমতে ভোজন বিধি পঞ্চার্দ্র হয়ে অর্থাৎ দক্ষিণ হস্ত, বাম হস্ত, দক্ষিণ পদ, বামপদ এবং মুখ এই পঞ্চ অঙ্গ ধৌত করে পূর্বমুখ হয়ে বসে মৌনী ...

চতুরাশ্রম

চতুরাশ্রম ব্রহ্মসূত্রে বলা হয়েছে "বিহিতত্বচ্চাশ্রম কর্মাপি" অর্থাৎ আশ্রম বিহিত কর্ম সকলেরই করণীয়। ব্রহ্মচর্য, গার্হস্থ্য, বানপ্রস্থ...

ঈশ্বরতত্ত্ব

ঈশ্বর কে? এই বিশ্ব-ব্রহ্মাণ্ড সৃষ্টির মূলে কে রয়েছেন? প্রত্যেকের মনেই কোন না কোন সময় একটি প্রশ্নটি জাগ্রত হয়। সকল সৃষ্ট বস্তুতর এক...

মহাপুরাণ

মহাপুরাণ কি ও কত প্রকার পুরাণ শব্দের অর্থ প্রাচীন। যে প্রাচীন গ্রন্থাবলি গল্প - উপাখ্যানের মাধ্যমে সহজভাবে ধর্মকে ব্যাখ্যা দিয়েছে, ত...

গীতা, চণ্ডী ও মনুসংহিতা

শ্রীমদ্ভগবত্ গীতা কুরুক্ষেত্রের যুদ্ধে আত্মীয়দের বধ করতে হবে বলে অর্জুন যুদ্ধ না করার সিদ্ধান্ত নিলে রথের সারথী ভগবান শ্রীকৃষ্ণ তাঁকে ...

ধর্মশাস্ত্র ডাউনলোড করুন

হিন্দুধর্ম

ধর্মশাস্ত্র

উপাসনা ও যোগ

দর্শন

আচার-অনুষ্ঠান

ধর্মীয় মত ও পথ

সংস্কার, প্রথা ও বিশ্বাস

ধর্মীয় উপাখ্যান

পূজা পদ্ধতি

৯:১৩:০০ AM আচার-অনুষ্ঠান, উপাসনা, পূজা ও যজ্ঞ 3 মন্তব্যসমূহ

পূজা পদ্ধতি

পূজা অর্থ কি

এখন পূজার তাৎপর্য বর্ণনা করা যাক। "গৌরবিত-প্রীতি হেতু ক্রিয়া পূজা" অর্থাৎ গৌরবিতের (মহান) প্রীতির জন্য যে সকল কর্ম করা হয় তাকে পূজা বলে। বর্তমান সময়ে বৈদিক-যজ্ঞের প্রচলন নেই বললেই চলে। যজ্ঞের স্থলে প্রচলিত হয়েছে পূজা। তবে এখনও ক্ষুদ্র পরিসরে কিছু যজ্ঞের প্রচলন রয়েছে। যাগ-যজ্ঞ মূলত বেদের কর্মকাণ্ডের অন্তর্গত।বেদে ভক্তিবাদের প্রাধান্য ছিল না। পরবর্তিতে ভক্তিবাদের সূচনার ফলে পূজার প্রচলন হয়েছে। বেদ অনুসারে যজ্ঞ এবং তন্ত্র অনুসারে পূজা সৃষ্টি হয়েছে। তবে পূজায় কিছু বৈদিক মন্ত্র ও রীতিনীতিরও প্রতিফলন রয়েছে।

পূজা কত প্রকার

পূজা প্রধানত দুই প্রকার, যথা— বাহ্য পূজা এবং অন্তর পূজা বা মানস পূজা। খড়-মাটির প্রতীমা গড়ে গন্ধ, ফুল, ধূপ, দীপ, নৈবেদ্য প্রভৃতি উপকরণের মাধ্যমে পূজাকে বাহ্য পূজা বলে। হৃদয়-আসনে দেবতাকে বসিয়ে মনের মধ্যেই পূজার সব উপাচার আছে এই রকম চিন্তা করে মনোময় উপাচারের মাধ্যমে যে পূজা, তাকে মানস পূজা বলে। পূজার সময় দেবতার ঐশ্বর্য ও রূপ-গুণ চিন্তা করার জন্য প্রতীমা গড়া হয় ঠিকই কিন্তু প্রকৃতপক্ষে অন্তরের দেবতাকেই পূজা করা হয়। অন্তরেই স্বর্গ এবং সেখানেই দেবতাদের বাস। কিন্তু মনে সব সময় দেবতার চিন্তা আসে না। তাই ভক্তি উৎপাদনের জন্য দেবতার সাকার রূপ কল্পনা করা আবশ্যক। বস্তুত দেবতার মূর্তিতে বাহ্য উপকরণে পূজার ছলে মূলত অন্তরের দেবতাকেই পূজা করা হয়। পূজার প্রতিটি অংশের অন্তরালে রয়েছে

এক গভীর দর্শন। পূজার বিধান, মন্ত্র এবং পূজার বিভিন্ন অঙ্গের তাৎপর্য যথাযথভাবে উপলব্ধি করতে পারলেই পূজার দর্শন বোঝা সম্ভব হবে। নিচে পূজার বিভিন্ন অঙ্গ সম্পর্কে সংক্ষেপে বর্ণনা করা হল।

পূজা

নিত্য পূজা পদ্ধতি

পূজা পদ্ধতি : আচমন ও সূর্যার্ঘ্য দান

পূজার প্রথমেই পূজককে পরিশুদ্ধ হতে হবে। বাহ্য ও অন্তর উভয়েরই শুদ্ধতা আবশ্যক। আচমনের মাধ্যমে মূলত দেহ-শুদ্ধি করা হয়। ডানহাতে একটিমাত্র মাষকলাই ডুবতে পারে এমন পরিমান জল গ্রহণ করে "ওঁ শ্রী বিষ্ণু" তিন বার বলে ঐ জল তিন বার পান করতে হয়। তারপর এই বৈদিক মন্ত্র পাঠ করতে হয়, যথা— "ওঁ তদ্বিষ্ণোঃ পরমং পদং সদা পশ্যন্তি সূরয়ঃ দিবীব চক্ষুরাততম" অর্থাৎ আকাশে বিস্তৃত দিকশক্তির ন্যায় বিষ্ণুর পরম পদ জ্ঞানি গণ সর্বদা দর্শন করেন। শুদ্ধির জন্য প্রথমেই বিষ্ণুকে স্মরণ করতে হয় কেন? বেদে বিষ্ণু ও সূর্য একই দেবতা। বিষ্ণুর পরম পদ বলতে মূলত বিষ্ণু বা সূর্যের তিনটি স্থানকে বোঝায়। সূর্য উদয়ের সময়, মধ্যাহ্নের সময় এবং অস্ত যাওয়ার সময় তিনটি স্থানে থাকেন এবং এই তিনটি স্থানকেই তিনটি পদ রূপে কল্পনা করা হয়েছে। বিষ্ণু বা সূর্য আলো দিয়ে অন্ধকার দূর করেন বলে সূর্য জ্ঞান স্বরূপ। মনে জ্ঞানের আলো প্রবেশ করলে অজ্ঞানতার অন্ধকার দূর হয় এবং মন নির্মল বা শুদ্ধ হয়। তাই মনের আকাশে যদি সূর্য বা বিষ্ণুর পদ ধারণ করা যায় তবে মনে আর অবিদ্যা বা অজ্ঞানতা আসতে পারবে না। তাছাড়া বিষ্ণু হলেন পালনকর্তা, তাই শুরুতেই দেহ ও মন শুদ্ধ করার জন্য বিষ্ণুকে স্মরণ করা একান্ত আবশ্যক। পূর্বে উল্লেখিত মন্ত্রের পরিবর্তে নিম্নোক্ত মন্ত্রও পাঠ করা যায়, যথা—

অপবিত্রঃ পবিত্রা বা সর্ববস্থাং গতোহপি বা।

যঃ স্মরেৎ পুণ্ডরীকাক্ষং সবাহ্যাভ্যন্তর শুচিঃ।।

অর্থাৎ মানুষ পবিত্র বা অপবিত্র যে অবস্থায় থাকুক না কেন সর্ব অবস্থায়ই পদ্মলোচন বিষ্ণুকে স্মরণ করলে দেহ ও মন শুদ্ধ হয়। এরপর সূর্যার্ঘ্য দিতে হয়। গন্ধ, পুষ্প, আতপ তণ্ডুল (চাল), যব, তিল, শ্বেত সর্ষপ (সরিষা) এবং দূর্বার সমাবেশকে অর্ঘ্য বলে। তবে অন্যান্য দ্রব্যের অভাবে কেবল আতপ তণ্ডুল ও দূর্বা দিয়ে অর্ঘ্য প্রদান করা যায়। সূর্যার্ঘ্য প্রদানের জন্য কুশীর অগ্রভাদে দূর্বা, আতপ তণ্ডুল, রক্তচন্দন ও রক্তজবা অভাবে যে কোন লালবর্ণের ফুল সাজিয়ে নিম্নোক্ত মন্ত্রে সূর্যকে অর্ঘ্য প্রদান করতে হয়—

নমো বিবস্বতে ব্রহ্মণ ভাস্বতে বিষ্ণুতেজসে।

জগৎসবিত্রে শুচয়ে সবিত্রে কর্মদায়িনে ।।

ইদমর্ঘ্য ওঁ নমো শ্রীসূর্যায় নমঃ।

অর্থাৎ হে বিবস্বান, তুমি জগৎ প্রকাশক, বিষ্ণুর তেজঃ সরূপ, জগৎ সৃষ্টিকারী, জগতের সকল বস্তুর প্রাণ স্বরূপ, প্রাণিজগতের কর্মে প্ররোচক সূর্যকে নমস্কার। ভগবান সূর্যকে এই অর্ঘ্য প্রদানপূর্বক নমস্কার করি। তারপর নিম্নোক্ত মন্ত্রে সূর্যকে প্রণাম করতে হয়।

ওঁ জবাকুসুমসঙ্কাশং কাশ্যপেয়ং মহাদ্যুতিম্।

ধ্বান্তারিং সর্বপাপঘ্নং প্রণতৌহস্মি দিবাকরম্ ।।

অর্থাৎ জবা কুসুমের মত রক্তবর্ণ, কশ্যপের পুত্র, মহাদ্যুতি সম্পন্ন, অন্ধকারের শত্রু, সকল পাপনাশক দিবাকরকে আমি প্রণাম করি।

পূজা পদ্ধতি : গন্ধাদির অর্চনা

গন্ধাদ্রব্যের অর্চনার জন্য প্রথমে “বং এতেভ্যো গন্ধাদিভ্যো নমঃ” এই মন্ত্রে গন্ধাদির উপর তিন বার জল ছিটাতে হয়। গন্ধ বলতে মূলত চন্দনকেই বোঝায়। “বং” বীজ মন্ত্রটি মূলত জলকে নির্দেশ করে। তাই জল ছিটানোর সময় যে মন্ত্র পাঠ করা হয় তার শুরুতেই বং রয়েছে। তারপর গন্ধপুষ্প (চন্দন মাখানো পুষ্প) দ্বারা নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করে অর্চনা করতে হয়।

এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ এতেভ্যো গন্ধাদিভ্যো নমঃ

এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ এতৎ অধিপতয়ে ওঁ শ্রী বিষ্ণুবে নমঃ

ওঁ এতৎ সম্প্রাদানায় পূজণীয় দেবতাভ্যো নমঃ।

অর্থাৎ এই গন্ধপুষ্প সহকারে গন্ধাদিকে প্রণাম, এসবের অধিপতি বিষ্ণুকে প্রণাম এবং এসব যাঁর উদ্দেশ্যে সম্পাদন করা হবে সে পূজনীয় দেবতাকে প্রণাম। প্রতিবার নমঃ বলার পরে একটি গন্ধপুষ্প পূজাপাত্রে রাখতে হয়।

পূজা পদ্ধতি : গণেশাদির অর্চনা

যে কোন দেবতার পূজার পূর্বে গণেশের পূজা করা বিধেয়। গণেশ, বিষ্ণু, শিব, দুর্গা ও সূর্য এই পাঁচ জন দেবতাকে একত্রে পঞ্চদেবতা বলে। ক্রমে ক্রমে গণেশ, শিবাদি পঞ্চ দেবতা, নবগ্রহ, ইন্দ্র আদি দশদিকপালগণ, মৎস্য, কূর্ম, বরাহ আদি দশ অবতারগণ, কালী, তারা, ভুবনেশ্বরী প্রভৃতি দশমহাবিদ্যাগণ, গুরু, নারায়ণ এবং সর্ব দেবদেবীর অর্চনা করতে হয়। “এতে গন্ধপুস্পে ওঁ গণেশায় নম, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ শিবদি পঞ্চদেবতাভ্যো নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ আদিত্যাদি নবগ্রহেভ্যো নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ ইন্দ্রাদি দশদিকপালেভ্যো নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ শ্রীগুরবে নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ নারায়ণায় নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ সর্বেভ্যো দেবেভ্যো নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ সর্বেভ্যো দেবীভ্যো নমঃ, এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ অমুক দেবতায়ৈ নমঃ” এই মন্ত্রে একেক দেবতার উদ্দেশ্যে একেকটি গন্ধপুষ্প পূজাপাত্রে অর্পণ করতে হয়।

পূজা পদ্ধতি : স্বস্তিবাচন

হাতে চন্দন মিশ্রিত আতপ চাল নিয়ে “ওঁ কর্তব্যেহস্মিন পূজনকর্মনি পুণ্যাহং ভবন্তো ব্রবন্তু” এই মন্ত্র তিন বার পাঠ করে ওঁ পুণ্যাহং তিন বার বলে তিন বার ঐ আতপ চাল ছিটাতে হয়। এরপর পূর্বোক্ত মন্ত্রের পূণ্যাহং এর স্থলে “ঋদ্ধিং” পাঠ করে “ওঁ ঋদ্ধ্যতাং” তিনবার বলে তিনবার আতপ চাল ছড়াতে হয়। পুনরায় আতপ চাল নিয়ে প্রথমোক্ত মন্ত্রের পূণ্যাহং এর স্থলে “স্বস্তি” পাঠ করে “ওঁ স্বস্তি” তিন বার বলে তিন বার আতপ চাল ছড়াতে হয়। এ নিয়ম যজুর্বেদীয়দের জন্য। তবে ঋক্ ও সামবেদীয়রা প্রথমে পূণ্যাহং পরে স্বস্তি এবং শেষে ঋদ্ধিং বলে। উপরি-উক্ত মন্ত্রের অর্থ করলে এমন হয়— এই কর্তব্যকর্মে এই পূজায় আপনারা প্রথমবার স্বস্তি বলুন, স্বস্তি বলুন, স্বস্তি বলুন। দ্বিতীয়বার সমৃদ্ধি বলুন, সমৃদ্ধি বলুন, সমৃদ্ধি বলুন। পরিশেষে পূণ্যদিন বলুন, পূণ্যদিন বলুন, পূণ্যদিন বলুন। এরপর সামবেদীয় পূজকের ক্ষেত্রে যে মন্ত্র পাঠ করতে হয় তা নিম্নরূপ।

ওঁ সোমং রাজনং বরুণম্ অগ্নিমন্বারভামহে।

আদিত্যং বিষ্ণুং সূর্যং ব্রহ্মাণঞ্চ বৃহস্পতিম্।।

—সাম-বেদ পূর্বার্চিক (১/১০/১)

অর্থাৎ আমাদের রক্ষার জন্য আমরা সোমরাজা, বরুণ, অগ্নি, আদিত্য বিষ্ণু, সূর্য, ব্রহ্মা ও বৃহস্পতিকে আহ্বান করি। মন্ত্রটির ভাবার্থ এরকম— আমরা সেই শান্তিদায়ক, প্রকাশমান, পাপনাশক, জ্ঞানস্বরূপ, অখণ্ড, সর্বব্যাপক, সর্বপ্রকাশক এবং সর্বশ্রেষ্ঠ পালক পরমাত্মাকে নিত্য স্মরণ করি। পরে ওঁ স্বস্তি, ওঁ স্বস্তি, ওঁ স্বস্তি বলে তিন বার আতপ চাল ছিটাতে হয়। তারপর নিমোক্ত স্বস্তি-সূক্ত পাঠ করতে হয়।

ওঁ স্বস্তি ন ইন্দ্রো বৃদ্ধশ্রবাঃ স্বস্তি নঃ পূষা বিশ্ববেদাঃ।

স্বস্তি ন স্তার্ক্ষ অরিষ্টনেমিঃ স্বস্তি নো বৃহস্পতির্দধাতু ।।

—সাম-বেদ উত্তরার্চিক (২১/৯/৩)

অর্থাৎ বৃদ্ধশ্রবা (মহাকীর্তি) ইন্দ্র আমাদের মঙ্গল করুন, বিশ্ববেদা (সর্বজ্ঞ) পূষা আমাদের মঙ্গল করুন, অরিষ্টনেমি তাক্ষর্ (বিষ্ণু) আমাদের মঙ্গল করুন, বৃহস্পতি আমাদের মঙ্গল করুন। এরপর সর্ববেদীয় পূজকগণকে কৃতাঞ্জলি পুটে নিম্নোক্ত সাক্ষ্য-মন্ত্র পাঠ করতে হয়।

ওঁ সূর্যঃ সোমো যমঃ কালঃ সন্ধ্যে ভূতান্যহক্ষপা

পবনো দিকপতিভূর্মিরাকাশং খচরামরাঃ।

ব্রাহ্মং শাসনমাস্থায় কল্পধ্বমিহ সন্নিধিম্।

ওঁ তৎসৎ অয়মারম্ভঃ শুভায় ভবতু ।।

অর্থাৎ সূর্য, সোম (চন্দ্র), যম, কাল, উভয় সন্ধ্যা, পঞ্চভূত, দিন-রাত্রি, পবন (বায়ু), ইন্দ্রাদি দিকপাল, পৃথিবী, আকাশ, আকাশচর ও অমরগণ, ব্রহ্মের শাসন স্বীকার করে এখন এই স্থানে অবস্থান করুন। এই কার্য শুভ হোক।

পূজা পদ্ধতি : সঙ্কল্প

প্রত্যেক পূজার একটি উদ্দেশ্য বা লক্ষ্য থাকে যা সঙ্কল্প নামে পরিচিত। তবে নিত্য পূজায় সঙ্কল্প প্রয়োজন হয় না। পূর্বমুখে বা উত্তরমুখে দক্ষিণ জানু দ্বারা ভূমি স্পর্শ করে কুশ, তিল, হরীতকী, পুষ্প ও জল তামার পাত্রে নিয়ে "বিষ্ণুঃ ওঁ তৎসৎ অদ্য অমুকে মাসি, অমুকে পক্ষে, অমুক তিথৌ, অমুক গোত্র, শ্রী অমুক দেবশর্মা, অমুক ফলপ্রাপ্তি কামনায় অমুককর্ম (পূজনং, ব্রতং) অহং করিষ্যামি" এই মন্ত্র পাঠ করতে হয়। তারপর কুশের জল ঈশানকোণে ভূমিতে ফেলে তা তাম্রপাত্রের উপর উপুড় করে সামবেদীয়দের নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে হয়।

ওঁ দেবো বো দ্রসাম-বেদবিণোদাঃ পূর্ণাং বিবষ্টবাসিচম্।

উদ্বা সিঞ্চধ্বমুপ বা পৃণধ্বমাদিদ্বো দেব ওহতে।।

— সাম-বেদ পূর্বার্চিক (১/৬/১)

অর্থাৎ দ্রবিণোদা দেব (অগ্নিদেব) তোমাদের পূর্ণ ভক্তি কামনা করেন। তাঁকে প্রীত কর, ভক্তি কর, তিনি তোমাদের ভার বহন করবেন।

পূজা পদ্ধতি : আসন শুদ্ধি

আসন আধারশক্তি স্বরূপ কারণ আসনই পূজককে ধারণ করে অর্থাৎ আসনের উপরেই পূজক অধিষ্ঠান করেন। তাই আসনের বন্দনা করা একান্ত আবশ্যক। পূজকের বসার আসনের উপর প্রথমে একটি ত্রিকোণ-মণ্ডল অঙ্কিত করে "এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ হ্রীং আধারশক্তয়ে কমলাসনায় নমঃ" বলে একটি গন্ধপুষ্প আসনে অঙ্কিত ত্রিকোণ-মণ্ডলের উপর অর্পণ করতে হয়। তারপর আসন স্পর্শপূর্বক নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে হয়—

ওঁ পৃথ্বি ত্বয়া ধৃতা লোকা দেবী ত্বং বিষ্ণুনা ধৃতা।

ত্বঞ্চ ধারয় মাং নিত্যং পবিত্রং কুরু চ আসনম্।।

অর্থাৎ হে ধরিত্রীদেবী, তুমি সর্বলোককে ধারণ করে আছো। আবার তোমাকে স্বয়ং বিষ্ণু ধারণ করে আছে। তুমি নিয়ত আমাকে ধারণ করে থাক। আমি যেন কখনও তোমার কোল থেকে বিচ্যুৎ না হই। তুমি আমার আসনকে পবিত্র কর। পৃথিবী কত কষ্ট সহ্য করে প্রাণিকুলের ভার বহন করেন। পূজক আসনে বসলে আসন পূজকের ভার এবং পৃথিবী পূজক ও আসন উভয়ের ভার বহন করে। তাই পৃথিবী আসনে বসার পর পৃথিবী মাতাকে বন্দনা করা আবশ্যক। পূজার এরকম বিধি-বিধান সত্যিই মহৎ ও উদার। কাউকে অসন্তুষ্ট রেখে পূজা করলে দেবতাও অসন্তুষ্ট হন। তাই আসন, মাটি থেকে শুরু করে পূজা-সংশ্লিষ্ট সকলকে তুষ্ট করলে দেবতাও তুষ্ট হন।

পূজা পদ্ধতি : ঘট স্থাপন

পূজার সময় ঘটে দেবতারা এসে অবস্থান করবেন এরকম মনে করা হয়। মূর্তি না থাকলে শুধু ঘটে বা কলসে পূজা করা সম্ভব। মূর্তি থাকলেও ঘট প্রয়োজন। শুধু পূজনীয় দেবতাকেই মূর্তিতে পূজা করা হয়। কিন্তু পূজনীয় দেবতাকে পূজা করার সময় ঐ দেবতা ছাড়াও অন্যান্য দেবদেবীর পূজা করতে হয়। সব দেবদেবীর মূর্তি গড়া দুঃসাধ্য বলে পূজনীয় দেবতা ব্যতীত অবশিষ্ট দেবদেবীর পূজা ঘটে করা হয়। প্রথমে পঞ্চবর্ণের গুড়ি দ্বারা অষ্টদল পদ্ম অঙ্কন করে ঐ পদ্মের উপর মাটি এবং পঞ্চশস্য (ধান, মাষকলাই, তিল, শেতসরিষা এবং যব) ছড়িয়ে তার উপর ঘট স্থাপন করতে হয়। পঞ্চবর্ণের গুড়ি দ্বারা মূলত স্থান-শুদ্ধি করা হয়। পঞ্চশস্য ও পঞ্চবর্ণের গুড়ি না থাকলে কেবল ধান ছড়িয়ে তার উপর ঘট স্থাপন করা যায়। ঘট জল দ্বারা পূর্ণ করে ঘটের মুখে পঞ্চপল্লব (আম, অশ্বত্থ, বট, পাকুড় ও যজ্ঞডুমুরের পাতা) দিতে হয়। ঘটের মধ্যে নবরত্ন বা পঞ্চরত্ন দেয়া বিধেয়। ঘটের উপর ফুল, একটি ফল (যেমন— সশীষ ডাব) ও বস্ত্র দেয়ার পর ঘটের বক্ষস্থলে সিন্দুর দিয়ে স্বস্তিক চিহ্ন অঙ্কিত করতে হয়। ঐ স্বস্তিক চিহ্ন মূলত জীবাত্মার প্রতীক। তারপর ভূমি, ঘট, জল, পল্লব, ফল, সিন্দুর, ফুল ও বস্ত্র স্পর্শ করে মন্ত্রপাঠ করতে হয়। উক্ত কার্য শেষে দুই হাত দিয়ে ঘট স্পর্শ করে নিম্নোক্ত মন্ত্রে ঘট স্থিরীকরণ করা হয়।

ওঁ সর্বতীর্থোদ্ভবং বারি সর্বদেবসমন্বিতম্ ।

ইমং ঘটং সমারুহ্য তিষ্ঠ দেবগণৈঃসহ।।

অর্থাৎ হে দেব, আপনি সর্বতীর্থ থেকে উৎপন্ন জলপূর্ণ এবং সর্বদেবসমন্বিত ঘটে সহচরগণসহ এসে স্থিরভাবে বিরাজ করুন।

যে ঘটে সর্ব দেবদেবীর অধিষ্ঠান, সে ঘট মূলত হৃদয়-গুহারই প্রতীক। ঘটে বসিয়ে দেবতাকে পূজা করা হয় ঠিকই কিন্তু পূজক মনে মনে এই চিন্তা করে যে, তিনি হৃদয়-আসনে দেবতাকে বসিয়ে পূজা করছেন। ঘটের জল ভাব বা রসের, ফল বুদ্ধি বা জ্ঞানের, পঞ্চপল্লব পঞ্চ-কর্মেন্দ্রিয়ের, পঞ্চরত্ন পঞ্চ-জ্ঞানেন্দ্রিয়ের এবং পঞ্চশস্য পঞ্চ-তন্মাত্রের প্রতীক। ঘটের ঐ সিন্দুর দারা অঙ্কিত স্বস্তিক চিহ্ন সূক্ষদেহের অনুকল্প। সুতরাং ঘটে বাহ্যপূজার পশ্চাতে মনের মাঝেই দেবতার পূজা সম্পন্ন হয় যা পূজক ছাড়া অন্য কারো পক্ষে উপলব্ধি করা দুষ্কর। ঘট ও দেবতার মূর্তিকে পূর্ব বা উত্তর দিকে স্থাপন করা হয়। কারণ পূর্ব দিকে সূর্য উদিত হয় এবং উত্তর দিকে ব্রহ্মলোক অবস্থিত বলে পূর্ব ও উত্তর দিক অতি পবিত্র।

পূজা পদ্ধতি : পঞ্চশুদ্ধি

পূজায় শুদ্ধি খুবই গুরুত্বপূর্ণ। অশুদ্ধভাবে পূজা করলে দেবতা অসন্তুষ্ট হয় এবং পূজার ফলও মঙ্গলজনক হয় না। আত্মা বা পূজক, স্থান, মন্ত্র, দ্রব্য ও দেবতা এই পঞ্চ পদার্থের শুদ্ধিকে পঞ্চশুদ্ধি বলে। ভূতশুদ্ধি, প্রাণায়াম, ন্যাস প্রভৃতির দ্বারা আত্মা-শুদ্ধি করা হয়। ফুল, মালা প্রভৃতি সাজিয়ে ধূপ-দীপ জ্বেলে স্থান-শুদ্ধি করা হয়। যথাবিহিত উপায়ে অনুলোম, বিলোম প্রভৃতি ক্রমে মন্ত্র পাঠের মাধ্যমে মন্ত্র-শুদ্ধি করা হয়। মন্ত্রোচ্চারণ ও বিভিন্ন উপকরণের মাধ্যমে দ্রব্য-শুদ্ধি করা হয়। পূজাদ্রব্য, নৈবেদ্য, যথাবিধি মন্ত্র প্রভৃতি দ্বারা দেবতাকে শুদ্ধ করা হয়।

পূজা পদ্ধতি : সামান্যার্ঘ্য স্থাপন ও জলশুদ্ধি

প্রথমে ভূমিতে জল দ্বারা ত্রিকোণ-মণ্ডল অঙ্কন করে গন্ধপুষ্প দ্বারা কূর্ম ও অনন্তরূপী পৃথিবী বা ভূমির পূজা করতে হয়। যথা— "এতে গন্ধপুষ্পে ওঁ আধারশক্তয়ে নমঃ, ওঁ কূর্মায় নমঃ, ওঁ অনন্তায় নমঃ, ওঁ পৃথিব্যৈ নমঃ" বলে চারাবার গন্ধপুষ্প অর্পণ করতে হয়। সকলের আধার বা আশ্রয়দাত্রী বলে ভূমিকে আধারশক্তি বলা হয়। যেহেতু ভূমি সকলকে ধারণ করেন সেহেতু কৃতজ্ঞতাবশত তাঁর পূজা করা আবশ্যক। যা হোক, এরপর "অস্ত্রায় ফট" মন্ত্রে কোশাটি ঐ ত্রিকোণ-মণ্ডলের উপর রেখে "ওঁ" মন্ত্র উচ্চারণ করে তিন বার জল দ্বারা কোশা পূর্ণ করতে হয়। কোশা জলপূর্ণ করার পর এর অগ্রভাগে একটি অর্ঘ্য স্থাপন করে "মং বহ্নিমণ্ডলায় দশকলাত্মনে নমঃ, অং অর্কমণ্ডলায় দ্বাদশকলাত্মনে, উং সোমমণ্ডলায় ষোড়শকলাত্মনে নমঃ"। "ওঁ" মন্ত্রকে বিশ্লেষণ করলে হয়— অ + উ + ম। তাই "মং" বীজ মন্ত্রে দশকলাত্মক অগ্নিমণ্ডল, "অং" বীজমন্ত্রে দ্বাদশকলাত্মক সূর্যমণ্ডল এবং "উং" বীজমন্ত্রে ষোড়শকলাত্মক চন্দ্রমণ্ডলের পূজা করা হয়। সোম বা চন্দ্রের ষোড়শ-কলার নাম— অমৃতা, মানদা, পূজা, তুষ্টি, পুষ্টি, রতি, ধৃতি, শশিনী, চন্দ্রিমা, কান্তি, জ্যোৎস্না, শ্রী, প্রীতি, অঙ্গদা, পূর্ণা ও পূর্ণামৃতা। বহ্নি বা অগ্নির দশ-কলার নাম— ধুম্র, অর্চিঃ, জ্বলিনী, সূক্ষ্মা, জ্বালিনী, বিস্ফুলিঙ্গিনী, সুশ্রী, সুরূপা, কপিলা ও হব্যকব্যবহা। অর্ক বা সূর্যের দ্বাদশ-কলার নাম— তপিনী, তাপিনী, ধুম্রা, মরীচি, জ্বালিনী, রুচি, সুধুম্রা, ভাগদা, বিশ্বা, বোধিনী, ধারিণী ও যম। মূলত চন্দ্র, সূর্য ও অগ্নি এই তিন মণ্ডলকে বোঝাতেই

ত্রিকোণ-মণ্ডল অঙ্কন করা হয় এবং এই ত্রিকোণ-মণ্ডলেই ব্রহ্মা, বিষ্ণু ও শিব অবস্থান করেন এরকম কল্পনা করতে হয়। জলশুদ্ধির জন্য প্রথমে কোশার জলে গন্ধ, পুষ্প ও দূর্বা প্রদান করে ধেনু-মুদ্রা দ্বারা অমৃতীকরণ, মৎস্য-মুদ্রা দ্বারা আচ্ছাদন এবং অঙ্কুশ-মুদ্রা দ্বারা তীর্থসমূহ আবাহন করা হয়। তীর্থ আবাহন মন্ত্রটি নিম্নরূপ।

ওঁ গঙ্গে চ যমুনে চৈব গোদাবরি সরস্বতি।

নর্মদে সিন্ধুকাবেরি জলেহস্মিন্ সন্নিধিং কুরু।।

অর্থাৎ হে গঙ্গা, যমুনা, গোদাবরি, সরস্বতি, নর্মদা, সিন্ধু ও কাবেরি, আপনারা এই জলে অধিষ্ঠান করুন। এভাবে মন্ত্রোচ্চারণের দ্বারা জল-শুদ্ধি করলে জল আর জল থাকে না, তা অমৃতে পরিণত হয়।

পূজা পদ্ধতি : করশুদ্ধি

পূজক মূলত কর বা হাতের মাধ্যমেই পূজার সব কার্য করেন। তাই তাঁর হাত শুদ্ধ হওয়া প্রয়োজন। গন্ধপুষ্প নিয়ে "ঐং বং অস্ত্রায় ফট্" মন্ত্রে ঐ গন্ধপুষ্প দুই হাতে পেষণ (চূর্ণন) করে তা বামদিকে নিক্ষেপ করে জল ছিটাতে হয়।

পূজা পদ্ধতি : পুষ্পশুদ্ধি

পুষ্পপাত্রের সব পুষ্প স্পর্শ করে "ওঁ পুষ্পে পুষ্পে মহাপুষ্পে সুপুষ্পে পুষ্পসম্ভবে। পুষ্পপ্রচয়াবকীর্ণে হুং ফট্ স্বাহা" মন্ত্রে শুদ্ধ করতে হয়। উক্ত মন্ত্রের অর্থ এরকম— হে পুষ্প, হে পুষ্প, হে মহাপুষ্প, হে সুপুষ্প, তোমরা পূজায় নিজেকে নিবেদন কর।

পূজা পদ্ধতি : ভূতাপসারণ

ভূত-প্রেত যাতে পূজায় বিঘ্ন সৃষ্টি না করতে পারে, সেজন্য ভূতাপসারণ করা প্রয়োজন। মূলত ষড়-ঋপু নামক ভূতকে দূর করে চিত্তকে পরিশুদ্ধ করাই ভূতাপসারণের প্রকৃত উদ্দেশ্য। ভূতাপসারণের জন্য সাদা সরিষা হাতে নিয়ে নিম্নোক্ত মন্ত্র পাঠ করতে করতে চারদিকে ছড়িয়ে দিতে হয়।

ওঁ অপসর্পন্তু তে ভূতা যে ভূতা ভুবি সংস্থিতা

যে ভূতা বিঘ্নে কর্তরস্তে নশ্যন্তু শিবাজ্ঞয়া।

অর্থাৎ পৃথিবীতে অবস্থানকারী যেসব ভূত বিঘ্ন সৃষ্টি করে শিবের নির্দেশে তাদের বিনাশ হোক। তারপর ভূমিতে তিন বার পদাঘাত করে এবং মাথার উপর তিন বার ফট্ মন্ত্রে করতালি দিয়ে ভূতাপসারণ ও তুড়ি দ্বারা দশদিক বন্ধন করতে হয়।

পূজা পদ্ধতি : ভূতশুদ্ধি

ভূতশুদ্ধি বলতে মূলত দেহের পঞ্চভূতকে (মাটি, জল, অগ্নি, বায়ু ও আকাশ) শুদ্ধ করা বোঝায়। প্রথমে "রং" মন্ত্রে পূজককে তাঁর চারিদিকে জলধারা ছড়িয়ে দিতে হয়। তখন তিনি যেন অগ্নিপ্রাচীরের মধ্যবর্তী রয়েছেন এমন চিন্তা করতে হয়। বস্তুত মন্ত্রবলে পূজকের চারদিকের ছিটানো জলধারাই বহ্নি-প্রাচীরে পরিণত হয়, যে প্রাচীর ভেদ করে কোন অশুভ শক্তি প্রবেশ করতে পারে না। অগ্নি সব কিছু দহন করে শুদ্ধ করে। তাই পূজক মনে করবে যেন তাঁর পঞ্চভূত এবং অশুভ চেতনাগুলো অগ্নিতে পুড়ে শুদ্ধ হয়ে গেছে। তারপর একাগ্র মনে "ওঁ মূলশৃঙ্গাটাচ্ছিরঃ সুষুম্না পথেন জীবশিবং পরমশিব পদে যোজয়ামি স্বাহা। ওঁ যং লিঙ্গশরীরং শোষয় শোষয় স্বাহা।। ওঁ রং সঙ্কোচশরীরং দহ দহ স্বাহা। ওঁ পরমশিবং সুষুম্না পথেন মূলশৃঙ্গাটমুল্লসোল্লাস জ্বল জ্বল প্রজ্বল প্রজ্বল সোহহং হংসঃ স্বাহা।।" এই মন্ত্র পাঠ করতে হয়। উক্ত মন্ত্রের অর্থ এরকম— মূলাধারের চতুর্দল পদ্মে অবস্থানরত জীবাত্মারূপী শিবকে সুষুম্না পথে জাগ্রত করে পরমাত্মারূপী শিবের সাথে মিলিত করছি। হে বায়ু, আমার লিঙ্গ-শরীরকে শোষিত কর। হে অগ্নি, আমার সূক্ষ্ম-শরীরকে দগ্ধ কর। হে অগ্নি, তুমি মূলাধারের চতুর্দল পদ্মে আনন্দের সাথে জ্বলে ওঠ, উত্তমরূপে জ্বলে ওঠ যেন ঘুমন্ত কুণ্ডলিনী (জীবাত্মা) জাগ্রত হয় এবং পরমাত্মা শিবের সাথে যুক্ত হয়ে আমিই সেই হংস (পরমাত্মা) এমন বোধ উৎপন্ন হয়।

পূজা পদ্ধতি : মাতৃকান্যাস

মাতৃকা বলতে মূলত বাকেদবী সরস্বতীকে বোঝায়। কোন বস্তুকে এক স্থান থেকে অন্য স্থানে সরিয়ে ঐ স্থানে অন্য বস্তু স্থাপন করাই হল ন্যাস। মাতৃকা ন্যাসের মাধ্যমে মাতৃকা-সরস্বতী কতৃর্ক সৃষ্ট অ থেকে ক্ষ পর্যন্ত এই পঞ্চাশ বর্ণ দেহের বিভিন্ন স্থানে স্থাপন করা হয়। দেবী সরস্বতীর কৃপা ব্যতীত মন্ত্র উচ্চারণ এবং দেবতার স্তবস্তুতি অসম্ভব। তাই মাতৃকা ন্যাসের মাধ্যমে সরস্বতী দেবীকে পূজকের দেহে স্থাপন করা হয়। প্রকৃতপক্ষে ন্যাসের মাধ্যমে পূজকের জীব-ভাবকে সরিয়ে দেবত্বকে স্থাপন করা হয়।

পূজা পদ্ধতি : ব্যাপক ন্যাস

ওঁ অথবা মূল মন্ত্র উচ্চারণ পূর্বক হৃদয় হতে আরম্ভ করে পদযুগল পর্যন্ত এবং পদযুগল থেকে হৃদয় পর্যন্ত দুই হাত প্রসারিত করে গাত্রের নিকট সাতবার সঞ্চালন করতে হয়। এরকম সঞ্চালনই ব্যাপক ন্যাস। ব্যাপক ন্যাসের মাধ্যমে মন্ত্রসমূহ পূজকের সমস্ত শরীরে ব্যাপ্ত হয় বা ছড়িয়ে পড়ে অথার্ৎ পূজকের দেহ মন্ত্রময় হয়ে ওঠে।

পূজা পদ্ধতি : করন্যাস

করের বিভিন্ন অংশে বীজ মন্ত্র স্থাপন করে তা শুদ্ধ করাই করন্যাসের উদ্দেশ্য। যেমন— চণ্ডী-পূজার ক্ষেত্রে করন্যাসের জন্য অঙ্গুষ্ঠ (বৃদ্ধাঙ্গুলি) স্পর্শ করে "হ্রাং অঙ্গুষ্ঠাভ্যাং নমঃ", তর্জনী স্পর্শ করে "হ্রীং তর্জনীভ্যাং স্বাহা", মধ্যমা স্পর্শ করে "হ্রূং মধ্যমাভ্যাং বষট্", অনামিকা স্পর্শ করে "হ্রৈং অনামিকাভ্যাং হুং", কনিষ্ঠা স্পর্শ করে "হ্রৌং কনিষ্ঠাভ্যাং বৌষট্" এবং করতল স্পর্শ করে "করতলপৃষ্ঠাভ্যাং অস্ত্রায় ফট্" মন্ত্র উচ্চারণ করতে হয়।

পূজা পদ্ধতি : অঙ্গন্যাস

হৃদয়, শির (মস্তক), শিখা (টিকী), কবচ (বাহু), নেত্র এবং করতল-পৃষ্ঠে বীজ-মন্ত্র স্থাপন করাই হল অঙ্গন্যাস। যেমন— চণ্ডী পূজার ক্ষেত্রে "হ্রাং হৃদয়ায় নমঃ", "হ্রীং শিরসে স্বাহা", "হ্রূং শিখায়ৈ বষট্", "হ্রৈং কবচায় হুং", "হ্রৌং নেত্রত্রয়ায় বৌষট্" এবং "হ্রং করতলপৃষ্ঠভ্যাং অস্ত্রায় ফট্" মন্ত্র দ্বারা যথাক্রমে হৃদয়, শির, শিখা, বাহু, নেত্র এবং করতল-পৃষ্ঠে স্পর্শ করে অঙ্গন্যাস করা হয়। সাধারণত দেবতার নামের প্রথম অক্ষর থেকেই এসব বীজ-মন্ত্র তৈরী হয়েছে। যেমন— শিব-পূজায় কর ও অঙ্গন্যাসের সময় শ্রাং, শ্রীং, শ্রূং, শ্রৈ

হৃদয়ে স্থানান্তরিত হয়। ফলে ঐ বাহ্য-মূর্তি জড় পদার্থে পরিণত হয়। চৈতন্যহীন ঐ জড় মূর্তি জলে ভাসিয়ে দেয়াই শ্রেয়।

পূজা পদ্ধতি : প্রদক্ষিণ

দেবতাকে নিজের দক্ষিণে রেখে প্রদক্ষিণ করতে হয়। শক্তি দেবতাকে এক বার, শিবকে অর্ধচন্দ্রবৎ (দক্ষিণদিক থেকে বায়ুকোণ পর্যন্ত গমন করে পুনরায় পিছন দিক থেকে দক্ষিণে ফিরে আসা), সূর্যকে ছয় বার এবং অন্যান্য দেবদেবীকে তিন বার প্রদক্ষিণ করতে হয়।

পূজাশেষে নির্মাল্য পূষ্প) গ্রহণ ও নৈবেদ্য ভক্ষণ করতে হয়। নৈবেদ্য ভক্ষণে অনেক পূণ্য অর্জিত হয়। নৈবেদ্যকে প্রসাদও বলা হয়। প্রসাদ অর্থ কৃপা। নৈবেদ্য ভক্ষণে দেবতার প্রসাদ বা কৃপা লাভ হয় বলে নৈবেদ্যকে প্রসাদ বলা হয়।

পূজা পদ্ধতি : মুদ্রা

যা দেবতাদের প্রীতি উৎপাদন করে এবং পাপসমূহ দূর করে তাকেই মুদ্রা বলে। নির্দিষ্ট সময়ে নির্দিষ্ট মুদ্রা প্রদর্শন করতে হয়। উভয় হাতের করতল চিৎভাবে সংযুক্ত করে দুই হাতের অনামিকার মূলপর্বে বৃদ্ধাঙ্গুলি আবদ্ধ করলে আবাহনী মুদ্রা হয়। উক্ত আবাহনী মুদ্রা উভয় হাতের করতল অধোমুখভাবে রাখলে স্থাপনী মুদ্রা হয়। দুই হাত মুষ্টিবদ্ধ করে বৃদ্ধাঙ্গুলিদ্বয় উচু করে সংযুক্ত করলে সন্নিধাপনী মুদ্রা হয়। বৃদ্ধাঙ্গুলিদ্বয়কে ঐভাবে করতলের মধ্যে রেখে হাত দুইটি মুষ্টিবদ্ধ করলে সন্নিরোধনী মুদ্রা হয়। সন্নিরোধনী মুদ্রা কৃত মুষ্টিদ্বয় চিৎ করলে সম্মুখীকরণ মুদ্রা হয়। মধ্যমাঙ্গুলি সরলভাবে প্রসারিত করে তর্জনী ইষ্যৎ বক্র করে মধ্যমার মধ্যপর্বে সংযুক্ত করে অনামিকা ও কনিষ্ঠা বক্র করে করতল স্পর্শ করলে অঙ্কুশ মুদ্রা হয়। ডানহাত অধোমুখ করে তার পিঠে বাম করতল স্থাপন করে উভয় হাতের বৃদ্ধাঙ্গুলি পরিচালিত করলে মৎস্য মুদ্রা হয়। উভয় হাতের অঙ্গুলিসমূহকে পরস্পরের সন্ধি মধ্যগত করে কনিষ্ঠার সাথে অনামিকা সংযুক্ত করে তর্জনীর অগ্রভাগের সাথে মধ্যমার অগ্রভাগ সংযুক্ত করলে ধেনু মুদ্রা হয়। বামহাতের তর্জনীতে ডানহাতের কনিষ্ঠা এবং ডানহাতের তর্জনীতে বামহাতের বৃদ্ধাঙ্গুলি সংযুক্ত করে ডানহাতের বৃদ্ধাঙ্গুলি উন্নতভাবে স্থাপন করে বামহাতের মধ্যমা, অনামিকা ও কনিষ্ঠা ডানহাতের পীঠে সংযুক্ত করে বামহাতের তর্জনী ও বৃদ্ধঙ্গুলির মধ্যভাগে ডানহাতের মধ্যমা ও অনামিকা অধোমুখে সংলগ্ন করলে কূর্ম মুদ্রা হয়।

দেব-পূজায় নিষিদ্ধ দ্রব্যঃ পুরুষ দেবতাকে রক্তবর্ণ পুষ্প, সূর্যকে ধুতুরা, মহাদেবকে শ্বেতজবা এবং উগ্র গন্ধযুক্ত পুষ্প দ্বারা সবদেবতাকেই পূজা নিষিদ্ধ। অর্কপুষ্প, ধুতুরা, বৃহতী, শ্মশানজাত বৃক্ষের পুষ্প এবং শেফালিকা (শিউলি) ভিন্ন অন্যান্য ভূপাতিত পুষ্প দ্বারা দেবদবীর পূজা নিষিদ্ধ। সূর্যকে বিল্বপত্র ও গণেশকে তুলসীপত্র নিবেদন নিষিদ্ধ। শিব ও সূর্য-পূজায় অর্ঘ্যে শঙ্খ নিষিদ্ধ। বিল্বপত্র তর্জনী ও অঙ্গুষ্ঠ দ্বারা গ্রহণ করে উপুড় করে, তুলসীপত্র অনামিকা,

মধ্যমা ও অঙ্গুষ্ঠ দ্বারা ধরে চিৎ করে এবং পুষ্প যেভাবে বৃক্ষে উৎপন্ন হয় সেভাবে ধরে দেবতাকে নিবেদন করা উচিত এবং এর বিপরীত করা অকর্তব্য। বিল্বপত্র অধোমুখ করে দেবতাকে নিবেদন করতে হয় অর্থাৎ বিল্বপত্র চিৎ করে দেয়া নিষিদ্ধ। শ্রাদ্ধাদি কার্যে দূর্বার গর্ভ বা কোক না ফেলে প্রদান নিষিদ্ধ। বামহস্তে পুষ্পপত্র নিয়ে দেবপূজা অনুচিত। দুর্গার নিকট বাঁশি, শিবের নিকট করতাল, ব্রহ্মার নিকট ঢক্কা (ঢাক) এবং লক্ষ্মীর নিকট ঘণ্টা বাদ্য নিষিদ্ধ। মনসা পূজায় ধূনা দেওয়া বিধিসম্মত নয়। দেবতাকে উৎসর্গকৃত পুষ্প দ্বারা পূজা, পূজা শেষ হওয়ার পূর্বে নৈবেদ্য বিতরণ, নির্মাল্যপুষ্প (দেবতাকে নিবেদিত পুষ্প) পদদলিত অথবা ডিঙ্গানো নিষিদ্ধ। নির্মাল্য ও আশীর্বাদী পুষ্প মস্তকে ধারণ শেষে জলে বা বৃক্ষমূল নিক্ষেপ করা উচিত। পুষ্পের অভাবে পত্র, পত্রের অভাবে ফল এবং ফলের অভাবে কুশ দ্বারা দেবতা পূজা করার বিধান আছে। কুশের অভাব হলে গুল্ম এবং ওষধি দ্বারা পূজা করা যায় এবং যদি গুল্ম ও ওষধির অভাব হয়, তবে কেবল জল দ্বারাই পূজা করা বিধেয়। যদি জলেরও অভাব হয়, তবে কেবল মানসিক উপাচারে দেবতা পূজা করা কর্তব্য।